

## 嘉義縣各國民中小學 106 學年度

### 推動食育食農教育擴大食安關注層面實施計畫

#### 子計畫一：嘉義縣 106 學年度國中小設置園圃推動食農教學實施計畫

##### 【運用校內空間設置園圃進行食農教育】成果報告

學校名稱	嘉義縣鹿草國民小學
園圃作物	牛番茄
學生心得	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 小萍:我想只要把牛番茄的幼苗種下去，細心的照顧它，每天澆水，替它施肥、除草，能體驗當小農夫的滋味，真是既新鮮又有趣。</li><li>2. 小瑀:我的牛番茄的花苞長出來了，遠遠看就像一顆顆鈴鐺，有的小綠果也長出來了，我好開心，再一下子就有免費的牛番茄可以吃了。</li><li>3. 小晴:我期待已久的日子終於來臨了，可以採收牛番茄，採收下來的果實，鮮甜多汁，真是好吃，我也從栽種照顧牛番茄的過程中，體會到農夫種植蔬菜的辛勞，我要好好的珍惜得來不易的食物。</li><li>4. 小慈:做完牛番茄沙拉漢堡，我肚子都餓了，我迫不及待的吃了一口，我發現好好吃喔!我希望每天都可以吃，吃一些天然無加工的食物，才能吃的健康吃的營養。</li><li>5. 小錦:牛番茄和雞蛋都是很營養的食物，結合兩種食物做成的牛番茄沙拉漢堡，當然是很健康。</li></ol>

## 成果照片



照片說明：大家來種牛番茄，把自製植物標示牌立在花盆上



照片說明：幼苗長大了，要持續照顧到開花結果喔！



照片說明：渾圓飽滿的果實，好想來盤生菜沙拉喔！



照片說明：歡樂慶豐收，令人開心不已



照片說明：料理小達人開心合照



照片說明：親手做的牛番茄沙拉漢堡，吃再多也不會膩喔！

## 【食農食育食安教師研習】成果報告

學校名稱	嘉義縣鹿草國民小學										
研習日期	106年12月13日										
研習主題	番茄手工皂										
研習大綱	<p>一. 材料：</p> <table><tr><td>1. 皂基</td><td>1 條</td></tr><tr><td>2. 橄欖油</td><td>10 c. c.</td></tr><tr><td>3. 甘油</td><td>10 c. c.</td></tr><tr><td>4. 番茄細粉</td><td>10 克</td></tr><tr><td>5. 甜橙 精油</td><td>10 c. c.</td></tr></table> <p>二. 作法步驟：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 將皂基切丁，加熱溶解加入橄欖油備用</li><li>2. 先將甘油加番茄粉攪拌均勻</li><li>3. 再倒入皂液和精油攪拌均勻</li><li>4. 倒入模型</li><li>5. 用透明膜包裝即可</li></ol> <p>三. 使用手工皂的好處：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 手工皂製作過程中，沒有添加清潔化學物質及防腐劑，因此當手工皂遇到水以後，大約在二十四小時後會被完全中和分解，不會造成環境的汙染及負擔。</li><li>2. 加入番茄細粉製作的手工皂，因番茄含天然茄紅素可預防細紋修復肌膚，去雀斑、嫩白肌膚、收縮毛孔，對皮膚的保養很有幫助。</li><li>3. 手工皂的溫和與滋潤，洗過後保證愛不釋手。</li></ol>	1. 皂基	1 條	2. 橄欖油	10 c. c.	3. 甘油	10 c. c.	4. 番茄細粉	10 克	5. 甜橙 精油	10 c. c.
1. 皂基	1 條										
2. 橄欖油	10 c. c.										
3. 甘油	10 c. c.										
4. 番茄細粉	10 克										
5. 甜橙 精油	10 c. c.										

## 成果照片



照片說明：將皂基切丁加熱溶解加入橄欖油備用



照片說明：先將甘油加番茄粉攪拌均勻

### 照片



照片說明：再倒入皂液和精油攪拌均勻



照片說明：倒入模型



照片說明：用透明膜包裝